مصطفى السواح

المسمى المهني :لايف كوتش علاقات
مجال التخصص:

- بناء العلاقات الصحية
- تصحيح القناعات الشخصية
- تحقيق السلام النفسي
- الوعي الذاتي وتطوير الذات

نبذة تعريفية

مصطفى السواح لايف كوتش متخصص في **العلاقات الإنسانية**، يؤمن بأن **السلام النفسي الحقيقي** هو نتيجة طبيعية لبناء علاقات صحية قائمة على **قناعات شخصية سليمة ووعي داخلي**.
يعمل على مساعدة الأفراد في فهم أنفسهم بشكل أعمق، وتصحيح الأفكار والمعتقدات التي تؤثر على علاقاتهم وحياتهم، حتى يتمكنوا من العيش بوعي وثقة وتحقيق أهدافهم في الحياة.

رؤية اللايف كوتشنج

السلام النفسي لا يأتي من الخارج، بل يبدأ من الداخل.
ومن خلال تصحيح القناعات الشخصية وبناء علاقات متوازنة، يستطيع الإنسان أن يعيش حياة أكثر استقرارًا ورضا.

مجالات العمل في العلاقات

1 علاقة الإنسان مع نفسه

- فهم الذات واكتشاف القناعات الداخلية

- التخلص من الأفكار السلبية والمعتقدات الخاطئة
- بناء تقدير الذات والثقة بالنفس
- الوصول إلى السلام النفسي الداخلي

لأن علاقتك بنفسك هي الأساس الذي تُبنى عليه باقي علاقاتك.

---

2 علاقة الإنسان مع أسرته وعائلته

- تحسين التواصل الأسري
- فهم الاختلافات بين الأفراد
- تقليل الصراعات وسوء الفهم
- بناء علاقات قائمة على الاحترام والاحتواء

---

3 علاقة الإنسان بزملاء العمل

- تطوير مهارات التواصل المهني
- التعامل مع ضغوط العمل والخلافات
- بناء علاقات صحية داخل بيئة العمل
- تحقيق التوازن بين الحياة الشخصية والمهنية

---

4 علاقة الإنسان بالناس بصفة عامة

- تحسين طريقة التعامل مع الآخرين
- فهم أنماط الشخصيات المختلفة

- وضع حدود صحية في العلاقات
- بناء علاقات اجتماعية متوازنة وواعية

أسلوب العمل (اللايف كوتشنج)

- جلسات لايف كوتشنج فردية
- شرح مبسط وواضح بدون تعقيد
- تركيز على التطبيق العملي وليس الكلام النظري
- مساعدة الشخص على الوصول لإجاباته بنفسه

العرض الحالي

📌 **جلسة اللايف كوتشنج الأولى في العلاقات – مجانًا**
فرصة للاستثمار في نفسك، وتصحيح قناعاتك الشخصية، والبدء في رحلة السلام النفسي وبناء علاقات صحية.

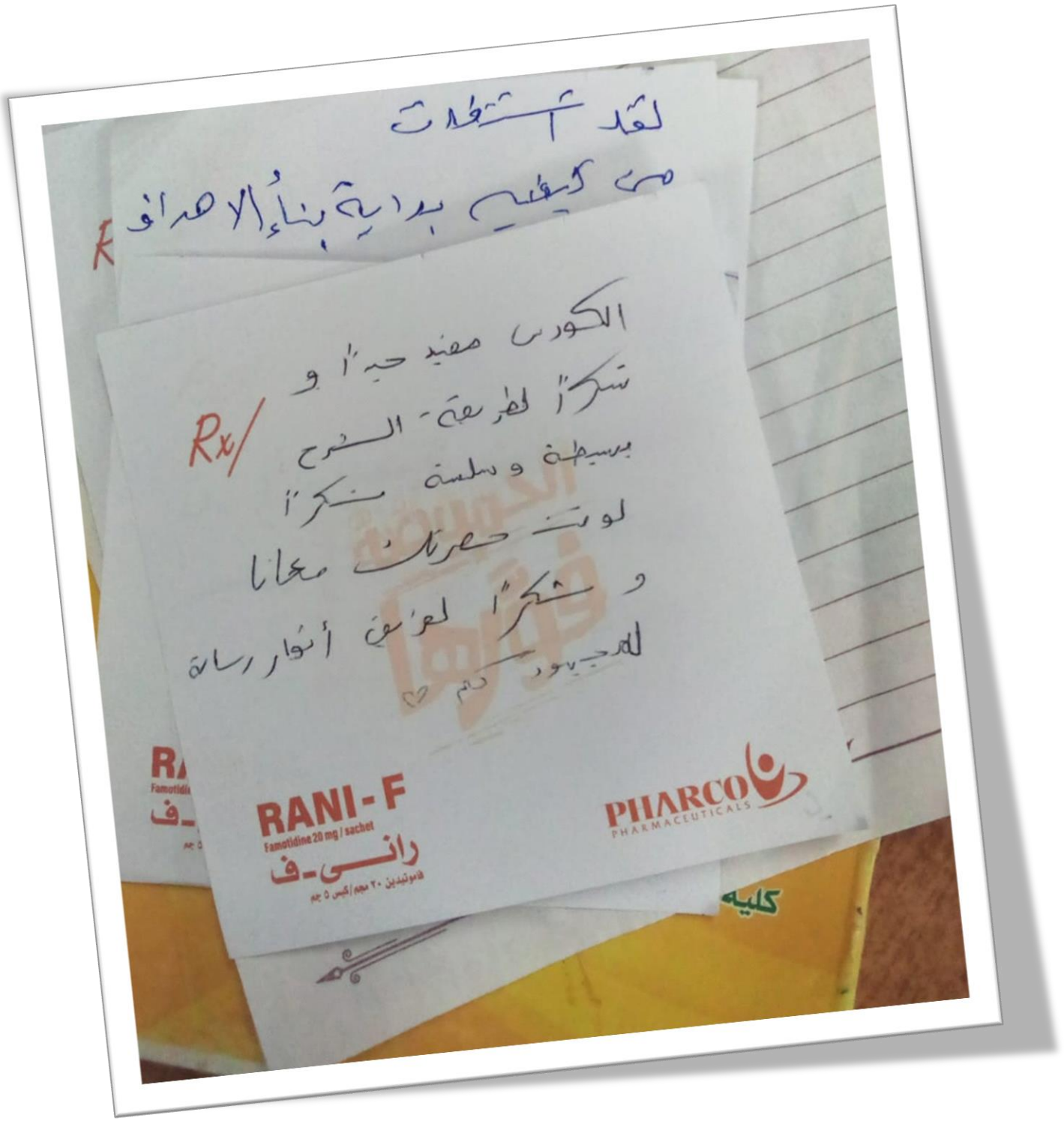
الهدف من اللايف كوتشنج

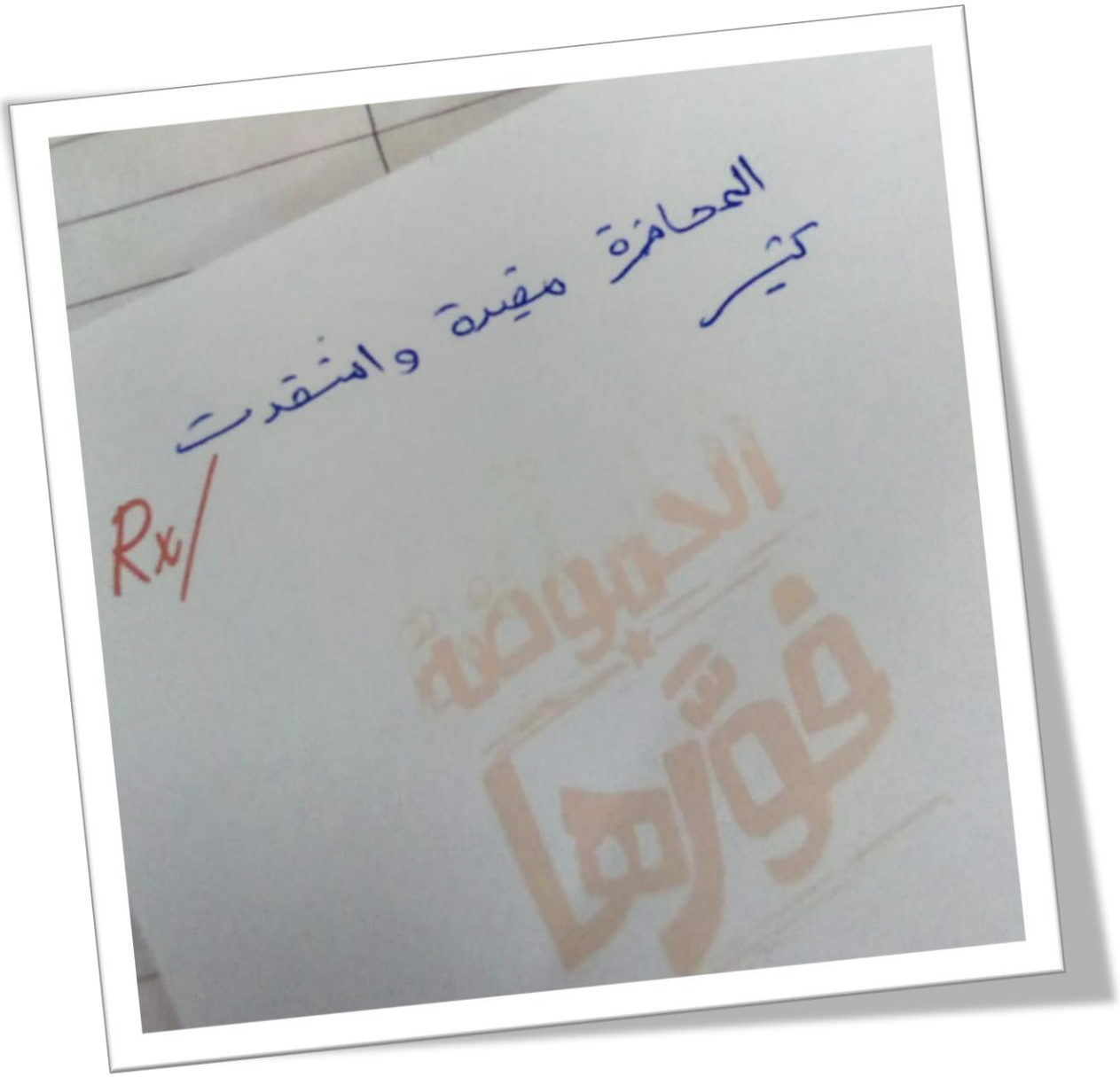
- تحقيق السلام النفسي
- بناء علاقات صحية ومتوازنة
- العيش بوعي وثقة
- القدرة على وضع أهداف حياتية واضحة والسعي لتحقيقها

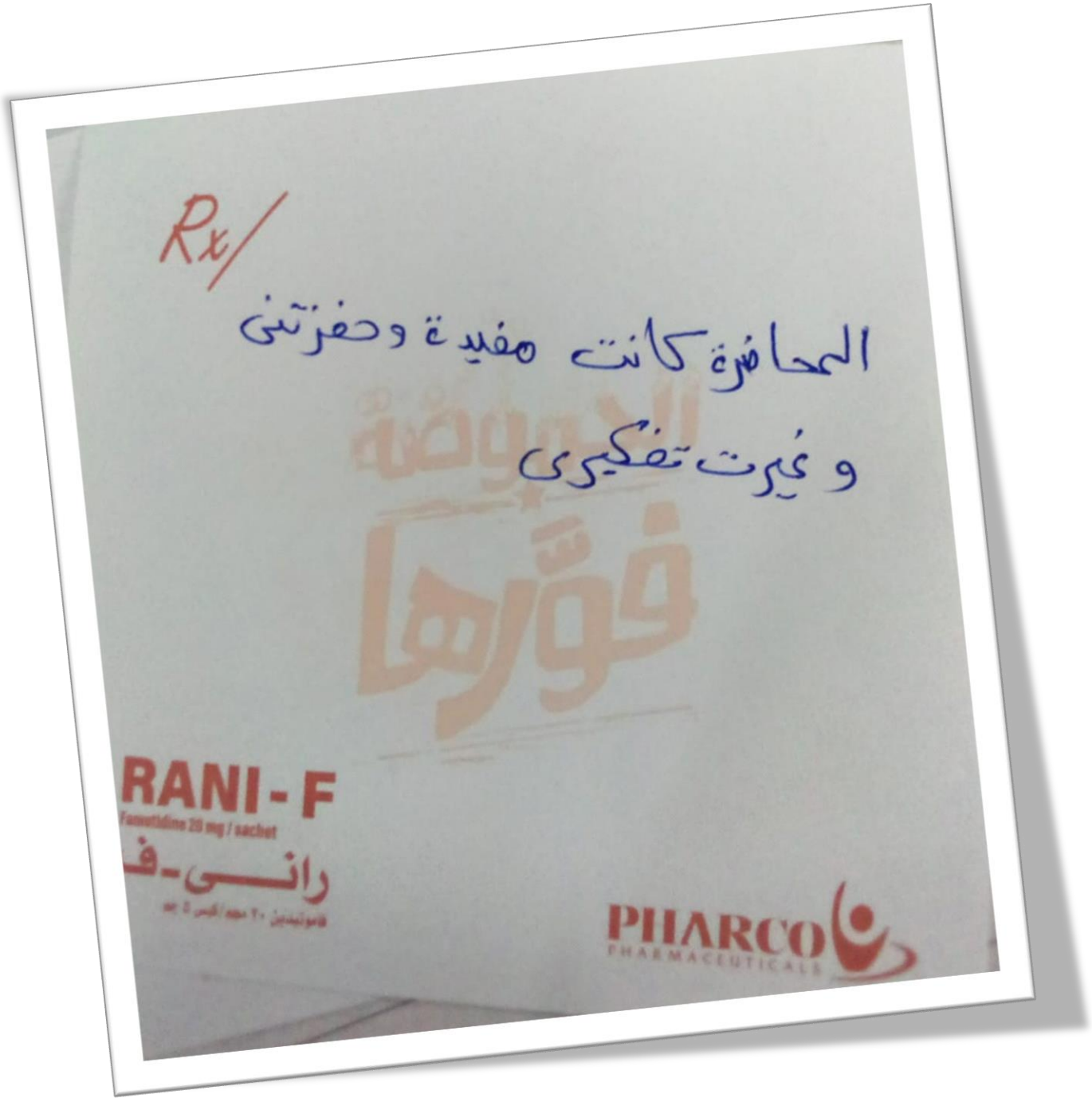
بيانات التواصل

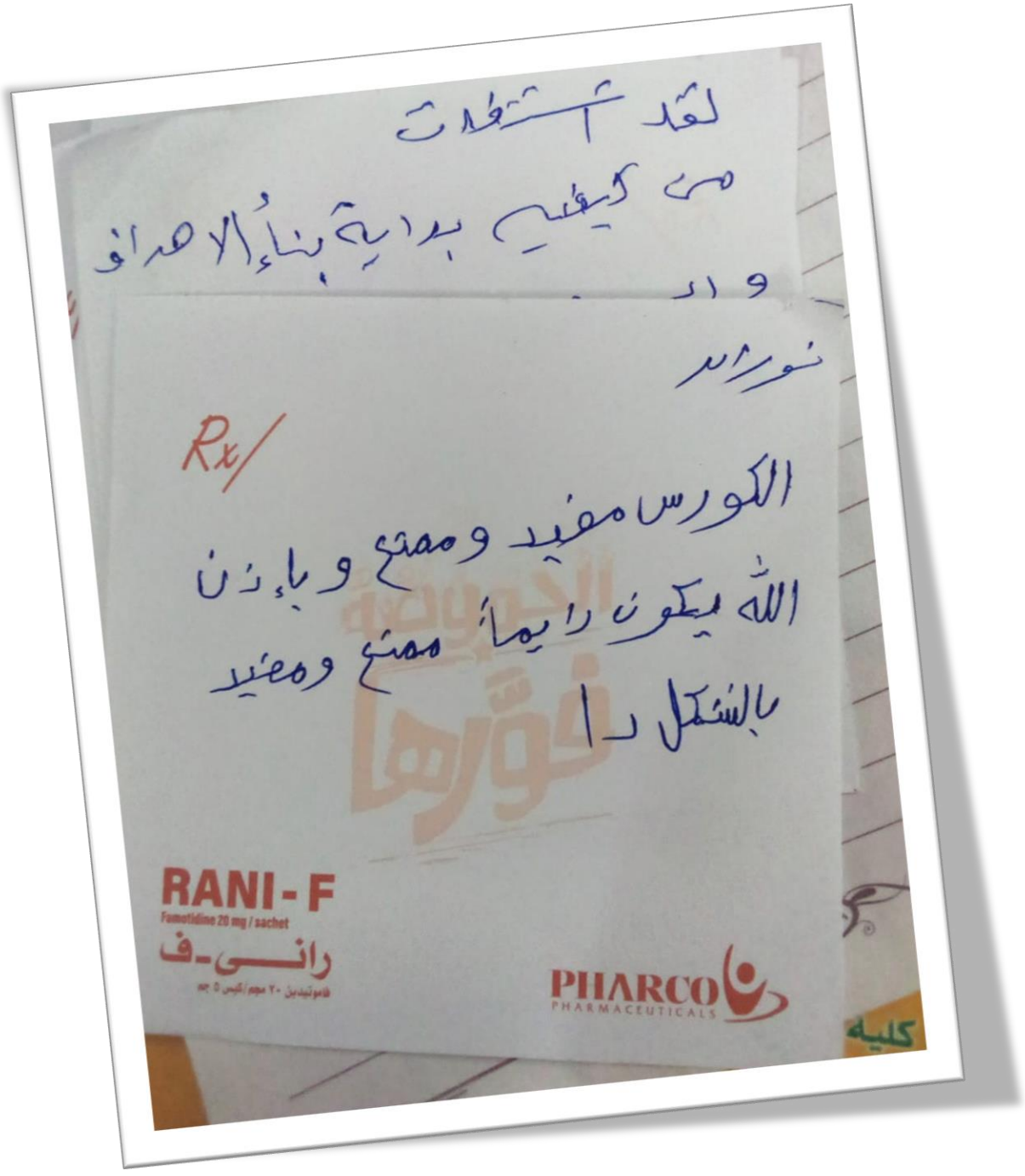
📱واتساب : +201106037492

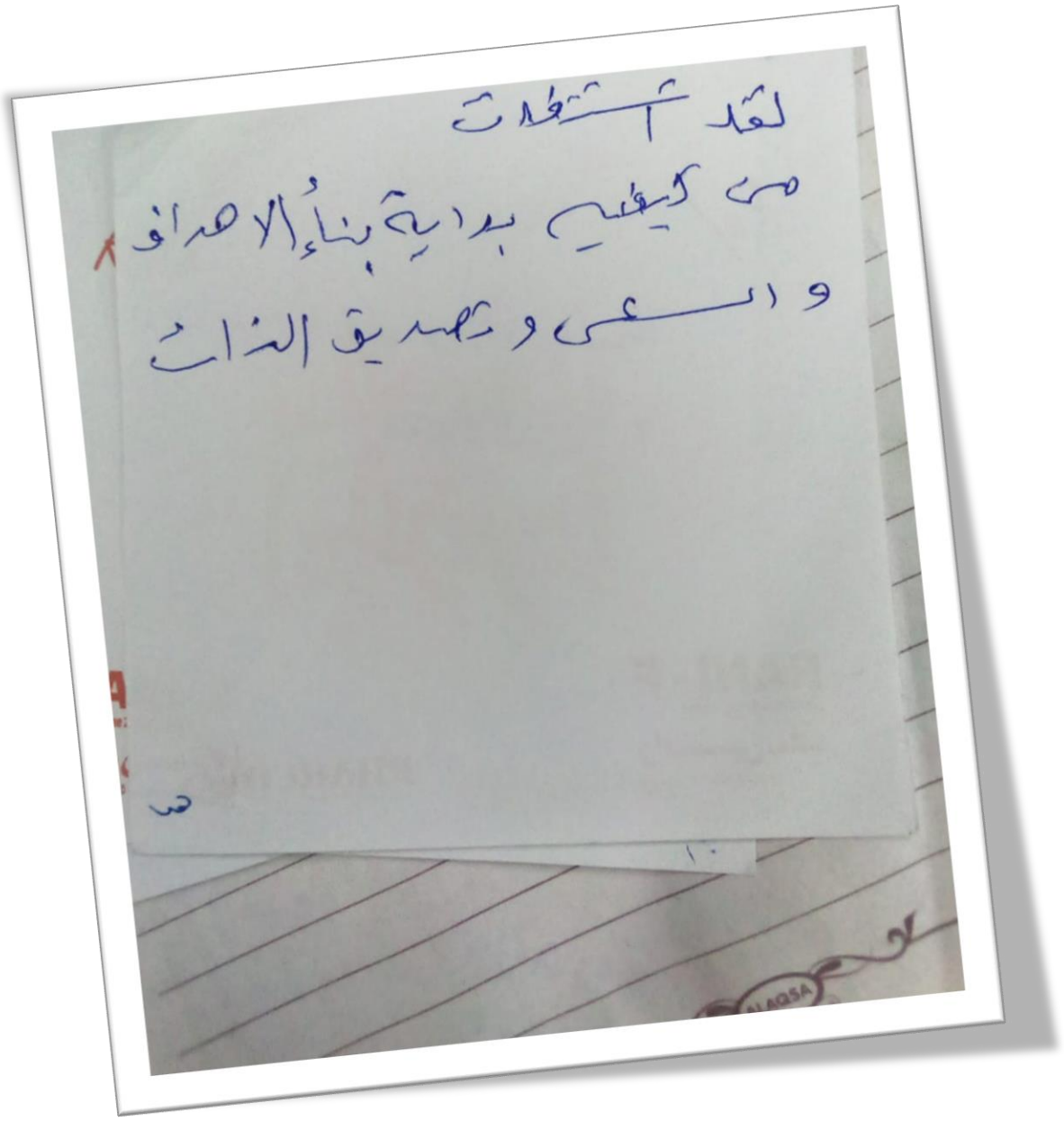
Email: mustafaelsawwah@gmail.com

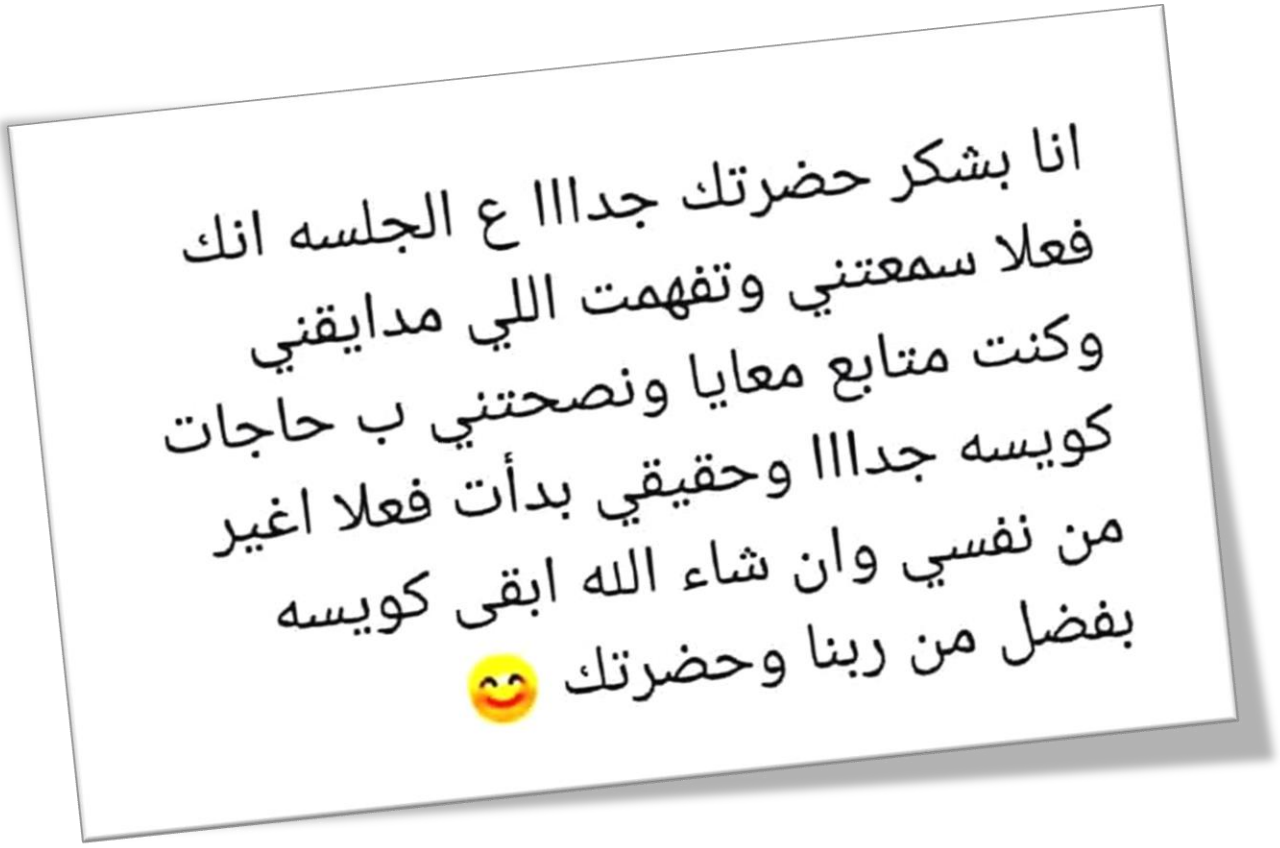

لقد استفدت
من كيفية بداية بناء الاصدار
الكورس مفيد جدا و
شكرا لطريقة الشرح
بسيطة وسلسة شكرا
لوقت حضرتك معانا
و شكرا لعرض أفكار رسالة
للجميع دائم
RANI - F
Famotidine 20 mg / sachet
رانى - ف
فاموتيدين ٢٠ مجم/كيس ٥ جم
PHARCO
PHARMACEUTICALS

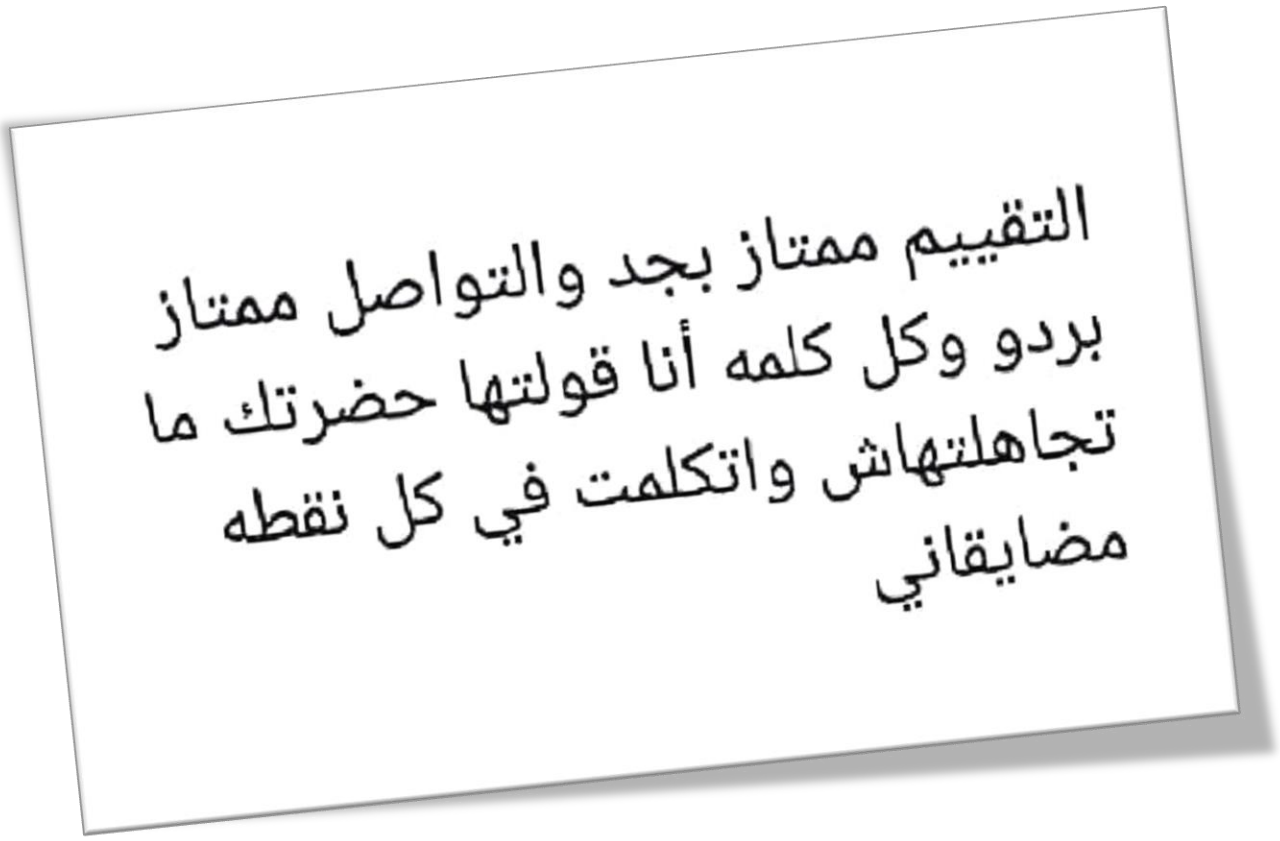

العجائز مفيدة واشقدت
كثير
Rx/
الأعشاب
فوائدها


Rx/
المحاضرة كانت مفيدة وحفزتني
وغيرت تفكيري
RANI - F
Famotidine 20 mg / sachet
رانـــي - ف
PHARCO
PHARMACEUTICALS

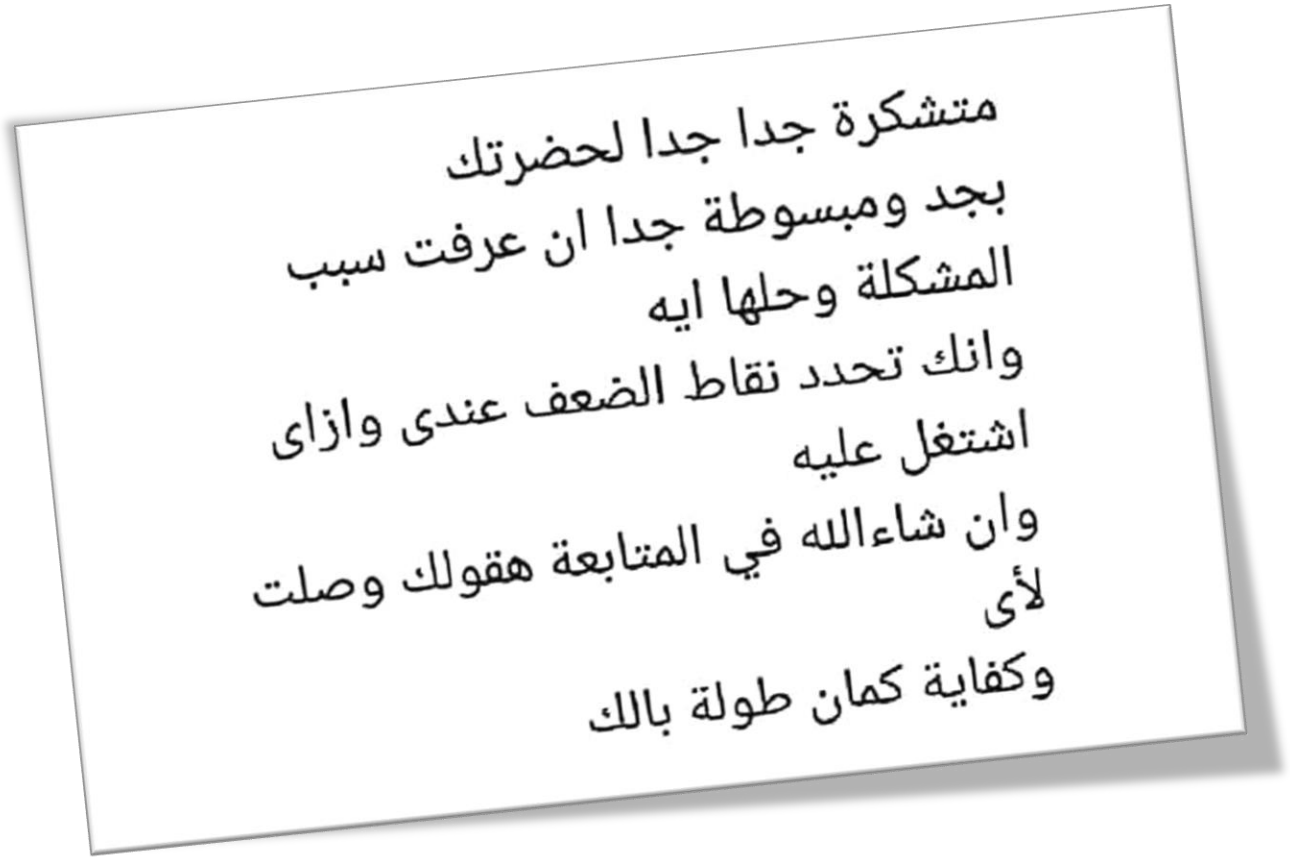

لقد استفدت
من كيفية بداية بناء الاصداف
نورهان
Rx/
الكورس مفيد وممتع وباذن
الله سيكون دائماً ممتع ومفيد
بالشكل دا
RANI-F
Famotidine 20 mg / sachet
رانـــى-ف
فاموتيدين ٢٠ مجم/كيس ٥ جم
PHARCO
PHARMACEUTICALS
كليه


لقد استفدت
من كيفية بداية بناء الاهداف
والسعي وتحديق الذات


انا بشكر حضرتك جداااا ع الجلسه انك
فعلا سمعتني وتفهمت اللي مدايقني
وكنت متابع معايا ونصحتني ب حاجات
كويسه جداااا وحقيقي بدأت فعلا اغير
من نفسي وان شاء الله ابقى كويسه
بفضل من ربنا وحضرتك


التقييم ممتاز بجد والتواصل ممتاز
بردو وكل كلمه أنا قولتها حضرتك ما
تجاهلتهاش واتكلمت في كل نقطه
مضايقاني

الجلسه كانت كويسه جدا
ووضحت ليا كام حاجه
مدفونه اكتشفتها ، انا
برضه بحاول اشتغل شويه
ع أفكاري بعد الجلسه
والرؤيه وضحت بشكل
أكبر وعرفت أن فيه بعض
الحجات كانت واقعه عندي
شويه واني مكنتش بعرف
اعمل تقدير لذاتي
ومجهوداتي. شكرا جدا
كانت فعاله وأدت معايا
.


متشكرة جدا جدا لحضرتك
بجد ومبسوطة جدا ان عرفت سبب
المشكلة وحلها ايه
وانك تحدد نقاط الضعف عندى وازاى
اشتغل عليه
وان شاءالله في المتابعة هقولك وصلت
لأى
وكفاية كمان طولة بالك

Thank you